

Psycholog Studnička: Problémy s dětmi si rodiče způsobili sami. Puberta ukazuje, jak jsme to zvládli

Psycholog a psychoterapeut Milan Studnička radí rodičům i dětem, jak obnovit vzájemnou důvěru a najít společnou řeč. Velkou část jeho klientů tvoří rodiče, kteří si neví rady se svým pubertálním potomkem. „Když se to dělá od začátku dobře, tak je puberta jenom větší zábava. Nic víc v tom není,“ glosuje období dospívání známý psycholog. A nepřímou tak přidává první radu – základy klidné puberty se formují už dávno před ní.

„Puberta nebo to období, kdy se dítě dostává do puberty, je v podstatě už jenom taková tečka. To je jenom třešnička na dortu. Rodič těch chyb naseká za celou dobu výchovy hrozně moc. Bohužel puberta nám ukáže, jestli jsme výchovu zvládli, nebo jsme dělali chyby,“ popisuje, jak vidí toto období Milan Studnička, psycholog a psychoterapeut specializující se především právě na problémy mezi rodiči a jejich dětmi.

Chybám se ve výchově prakticky nelze vyhnout. Některé ovšem vadí více než jiné. „Nejčastější chyby, se kterými se setkávám u rodin, jsou povely. Jsme zvyklí – a možná je to i následek předchozích generací – komunikovat s dětmi formou povelů,“ říká psycholog. Výjimkou nejsou ani rodiče, kteří svému potomkovi udělí třicet povelů jen během ranního vypravování se do školy.